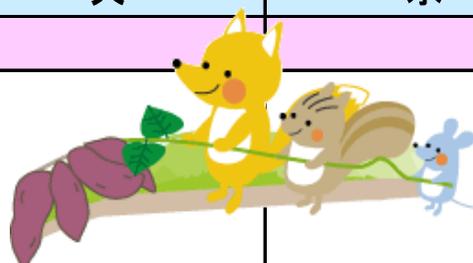


# クックチル(昼食)

# 10月献立表

東毛給食センター

0276-62-4181

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
				鮭の香味焼(里芋含煮) 竹輪の煮物 三色豆 小麦	豚肉の柳川風 やわらか角揚煮 マカロニサラダ 小麦・卵	鶏肉ときのこのデミグラス風煮込み じゃが芋と人参の煮物 小松菜のお浸し 小麦・乳
4				5	6	7
麻婆茄子 ニラまんじゅう キャロットラペ(人参サラダ) 小麦	青梗菜と豚肉のにんにく塩炒め 三色豆 キャベツのごま和え 小麦	炒め酢豚 大根と人参の煮物 胡瓜の梅肉和え 小麦	牛肉の味噌しぐれ煮 金平 即席漬 小麦	八宝菜 ほうれん草ともやしのナムル 焼餃子 えび・小麦・卵	ハンバーグデミグラスソース ジャーマンポテト キャベツのお浸し 小麦・卵・乳	お麩の玉子とじ ジャンボ肉団子 もやしのごま酢和え 小麦・卵
11	12	13	14	15	16	17
鮭の南蛮焼(がんと含煮) 里芋のそぼろ煮 ワカメとツナのポン酢醤油和え 小麦	牛肉と野菜の炒め物 竹輪と大豆の旨煮 小松菜と油揚げの胡麻生姜和え 小麦	塩鶏じゃが 青梗菜の生姜炒め オクラとツナの梅和え 小麦	「栗ご飯」 鯖のえのきあんかけ カニシューマイ・胡瓜のごま和え かに・小麦・卵	豚肉のしぐれ煮 切干大根の煮物 ひじきと赤ピーマンのマリネ 小麦	厚揚げ肉豆腐 人参の炒め物 ブロッコリーのごま和え 小麦	鯖の照焼(豆乳しんじょ) じゃが芋のそぼろ煮 大豆とワカメのサラダ 小麦
18	19	20	21	22	23	24
青菜の牛肉炒め ウインナーのチリソース煮 マカロニサラダ 小麦・卵	豚肉と牛蒡の生姜煮風 南瓜の煮物 ナムル風サラダ 小麦	ミートボールシチュー 野菜ミンチ巻 さつま芋サラダ 小麦・卵・乳	鮭のソテーみぞれあんかけ ポークビーンズ オクラとささみの梅和え 小麦	親子煮 茄子とハムの炒め物 キャベツのおかか和え 小麦・卵・乳	味噌だれ焼肉 南瓜の焼物 ワカメ土佐醤油 小麦	ジャブチェ ロールキャベツ ささみと胡瓜の中華風和え 小麦
25	26	27	28	29	30	31
鶏肉と筍の中華炒め キャベツのスープ煮 ツナサラダ 小麦・卵・乳	豚肉の和風クリームシチュー 小松菜の洋風煮浸し ブロッコリーのおかか和え 小麦・乳	肉団子のかにかまあんかけ アスパラとウインナーの炒め物 ひじきのサラダ かに・小麦・卵・乳	鶏肉のマリネ風 ぜんまい信田煮 かにかまとキャベツの和え物 かに・小麦・卵・乳	鮭の味噌マヨ焼(豆乳しんじょ) 厚揚げのチリソース炒め ワカメとキャベツのあっさりごま油和え 小麦・卵	牛肉と野菜の炒め物 南瓜の煮物 大豆とワカメのサラダ 小麦	豚肉と大根の生姜煮 五目巾着煮 スパゲティーサラダ 小麦・卵

※材料の都合により、献立を変更する場合がございます。予めご了承ください

※何か異常を感じましたら、食べずに上記の電話番号までご連絡ください。

※メニューの下にアレルギー物質7品目  
(かに・えび・小麦・そば・卵・乳・落花生)を表示しております。

14(木)は「栗ご飯」になります。  
是非ご賞味ください

